



**UNIVERSIDAD DEL SALVADOR  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y PSICOPEDAGOGÍA  
SEDE CENTRO**

**Trabajo de Integración Final**

**“Síndrome de Burnout, estresores ocupacionales y estrategias de  
enfrentamiento en psicoterapeutas de la ciudad autónoma de Buenos  
Aires”**

Titular de la cátedra: Dra. Marta Guberman

Docente tutor: Lic. Graciela Adam

Alumna: Sofía Tapia

Cursada durante el 1° cuatrimestre del 2018

## **Resumen y palabras clave**

El síndrome de Burnout es una de las principales consecuencias derivadas de las situaciones de tensión en el trabajo. Este síndrome conlleva consecuencias en la salud física y mental de los trabajadores. El estudio del burnout en psicólogos es relativamente escaso a pesar de ser una profesión con alto riesgo de padecer estrés ocupacional. La disciplina de la Psicología clínica presenta variados estresores ocupacionales que afectan la calidad de vida e implican un riesgo para salud de los profesionales. Ante situaciones estresantes, los psicoterapeutas utilizan diversas estrategias de afrontamiento que pueden clasificarse como adaptativas o desadaptativas, centradas en el problema o en la emoción.

A partir de lo expuesto, se propuso llevar a cabo un trabajo de investigación empírico, descriptivo correlacional y transeccional para determinar la presencia del síndrome de Burnout en psicoterapeutas que se desempeñan profesionalmente en una organización pública y en una privada de la ciudad autónoma de Buenos Aires, como así también explorar los estresores ocupacionales de dicha profesión y sus consecuencias en la salud, y las estrategias de afrontamiento más utilizadas por estos profesionales.

Los datos obtenidos reflejan la presencia del síndrome general de Burnout en el 26,6% de la muestra conformada por psicoterapeutas que se desempeñan profesionalmente en una organización pública, y la ausencia del mismo en la muestra compuesta por profesionales que ejercen en una organización privada.

En cuanto a los estresores ocupacionales, los profesionales que ejercen en una organización pública dan mayor importancia -en relación al impacto negativo que genera en la salud- a condiciones laborales relacionadas con la organización. Las mismas refieren a la forma de trabajo propia de la organización y a características físicas específicas de la misma. Se observa que condiciones ocupacionales referidas a la falta de trabajo en equipo o a la ausencia de coordinación entre equipos interdisciplinarios afectarían tanto a psicoterapeutas que se desempeñan profesionalmente en organizaciones públicas como en privadas. Sin

embargo, aquellos profesionales que ejercen en organizaciones públicas deberían lidiar con otro tipo de estresores propios de la organización en sí misma.

En relación a las estrategias de afrontamiento, se determina que, mientras los psicoterapeutas que se desempeñan profesionalmente en una organización pública utilizan predominantemente técnicas centradas en la emoción, aquellos que ejercen en una organización privada emplean con mayor frecuencia estrategias centradas en el problema.



**Palabras clave:** Síndrome de Burnout - Estresores ocupacionales - Estrategias de afrontamiento - Psicoterapeutas

## Índice

1. INTRODUCCION.....	Pág.1
1.1 Planteo del Problema.....	Pág.1
1.2 Justificación.....	Pág.3
1.3 Objetivos de la investigación.....	Pág.5
1.3.1 Objetivos generales.....	Pág.5
1.3.2 Objetivos específicos.....	Pág.6
1.4 Hipótesis.....	Pág.6
2. DESARROLLO.....	Pág.8
2.1 Estado del arte.....	Pág.8
2.1.2 Estrés laboral y síndrome de Burnout.....	Pág.8
2.1.3 Estresores ocupacionales.....	Pág.12
2.1.4 Situaciones estresantes, nivel de estrés y estrategias de afrontamiento.....	Pág.13
2.1.5 Estrés laboral y estrategias de afrontamiento.....	Pág.14
2.1.6 Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento.....	Pág.14
2.2 Marco teórico.....	Pág.15
2.2.1 Síndrome de Burnout.....	Pág.15
2.2.2 El trabajo del psicoterapeuta.....	Pág.19
2.2.3 Estresores ocupacionales.....	Pág.21
2.2.4 Afrontamiento y estrategias de afrontamiento.....	Pág.23
2.3 Metodología.....	Pág.24
2.3.1 Condiciones de viabilidad y factibilidad.....	Pág.24
2.3.2 Consideraciones éticas.....	Pág.24
2.3.3 Tipo de estudio.....	Pág.25
2.3.4 Diseño de investigación.....	Pág.25
2.3.5 Encuadre metodológico.....	Pág.26
2.3.6 Muestra.....	Pág.26
2.3.7 Variables.....	Pág.26
2.3.8 Instrumentos.....	Pág.31
2.3.9 Relevamiento y Análisis de los Datos.....	Pág.34
3. CONCLUSIONES.....	Pág.62
4. BIBLIOGRAFIA.....	Pág.64
5. ANEXOS.....	Pág.72



## 1. INTRODUCCIÓN

### 1.1 Planteo del problema

La presente investigación se propone indagar la presencia del síndrome de Burnout en psicoterapeutas, como así también, explorar cuáles son las estrategias de afrontamiento más utilizadas por estos profesionales y los estresores ocupacionales que esta población considera que tienen un impacto negativo en la salud.

Los profesionales de la salud, debido a su especificidad de trabajo, se encuentran expuestos a sufrir estrés laboral. En particular, la práctica de la Psicología se caracteriza por demandas emocionales intensas que exigen una relación próxima con las personas (Rodríguez S. et al, 2014). La especificidad de trabajo de esta profesión involucra demandas en las que se evidencia una alta carga emocional. Esta especificidad vuelve a los psicólogos susceptibles a los estresores ocupacionales (Moreno-Jiménez B. et al, 2006). En el trabajo del psicólogo clínico se encuentran presentes diversos factores de riesgo al estrés laboral. Las condiciones estresantes a las que los psicólogos clínicos se someten comprometen la calidad del trabajo y el servicio prestado a la persona atendida (Sanzovo C. Es. y Coelho MEC., 2007; Rodríguez S. et al, 2014).

El término Burnout, que significa *estar quemado*, exhausto y desgastado, alude a “desgaste profesional”. El síndrome de Burnout, conocido también como síndrome de desgaste profesional o de sobrecarga emocional, es definido por Maslach y Jackson (1981) como una forma inadecuada de afrontar el estrés emocional crónico. El síndrome comprende tres dimensiones principales: cansancio o agotamiento emocional, despersonalización y disminución del desempeño personal. Gil-Monte (1999) definió al síndrome de Burnout como una respuesta al estrés laboral crónico que se caracteriza por una percepción de fracaso del propio individuo, actitudes negativas hacia las personas con las que trabaja y la sensación de encontrarse emocionalmente agotado. Ambas definiciones aluden al síndrome como una respuesta frente al estrés laboral crónico (Saborío L. e Hidalgo L.F., 2015).

El concepto estresor ocupacional es definido por Arnold y Randall (2012) como toda causa, relacionada con la ocupación, que puede derivar en síntomas de estrés ocupacional o enfermedades relacionadas, en un trabajador (Arnold J. y Randall R., 2012; Ruiz A. M. et al, 2017).

El afrontamiento es definido por Lazarus y Folkman (1986) como un conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales que un individuo desarrolla para enfrentar las demandas específicas, tanto internas como externas, que son evaluadas como excedentes de los recursos del sujeto. Las estrategias de afrontamiento se definen como procesos concretos que se utilizan en cada contexto y pueden variar en función de las situaciones desencadenantes (Castaño F. y Del Barco B.L., 2010).

A partir de lo expuesto, la presente investigación plantea los siguientes interrogantes: “¿Cuál es el nivel de burnout en los psicoterapeutas de la ciudad autónoma de Buenos Aires?” “¿Qué estresores ocupacionales tienen un impacto negativo en la salud de los psicoterapeutas de la ciudad autónoma de Buenos Aires?” “¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento más utilizadas por esta población?”

Para poder hallar respuestas a las preguntas planteadas, se abordan temáticas y aportes desarrollados por diversos autores, así como también, investigaciones realizadas acerca de estas temáticas.

Asimismo, con el objeto de poder llevar a cabo la presente investigación, se aborda a psicoterapeutas que trabajan actualmente en la ciudad autónoma de Buenos Aires. Se comparan dos muestras: una constituida por 15 psicoterapeutas del área de Salud Mental de un Hospital General y, otra conformada por 15 psicoterapeutas de una organización privada de Asistencia, Docencia y Prevención en Salud Mental. A fin de poder concretar el trabajo, se recurre a los siguientes instrumentos: el *Maslach Burnout Inventory* (MBI), el Inventario de Estrategias de Afrontamiento o *Coping Strategies Inventory* (CSI) y una escala tipo Likert autoadministrable sobre estresores ocupacionales y consecuencias en la salud diseñado específicamente para la investigación *ad-hoc*.

Se espera que, mediante el presente estudio, resulte posible brindar aportes a la sociedad, tanto de naturaleza teórica y práctica, como profesional y social.

## 1.2 Justificación

Tanto el estrés laboral, como específicamente el síndrome de Burnout, constituyen temáticas muy investigadas y de considerable interés a nivel social. Existen numerosas investigaciones acerca de este síndrome que especifican qué es, de qué manera se desarrolla, se diagnostica y se mide, a qué poblaciones afecta y cuáles son las consecuencias que impactan directamente en la salud.

En el año 2000, el síndrome de Burnout fue declarado por la Organización Mundial de la salud (OMS) como un factor de riesgo laboral, ya que no sólo afecta la calidad de vida y la salud mental de quien lo padece, sino también incluso puede poner en riesgo su vida (Aceves G.A., 2006; Saborío L. e Hidalgo L.F., 2015). A partir de la declaración de la OMS, se considera de suma importancia conocer acerca de este síndrome con la intención de prevenirlo y reducir sus efectos.

Si bien existe un número considerable de investigaciones acerca del síndrome de Burnout en diversas profesiones, incluyendo estudios realizados en profesionales de la salud, pocas son las investigaciones halladas sobre este síndrome específicamente en psicoterapeutas. De hecho, no existen investigaciones realizadas en Argentina en relación al síndrome de Burnout en esta población. Por tal motivo, se considera fundamental la realización de este trabajo a fin de llegar a conocer la presencia del síndrome y el nivel de estrés laboral en psicoterapeutas.

El trabajo del psicólogo clínico presenta diversos factores de riesgo al estrés laboral (Rodríguez S. et al, 2014). Las condiciones estresantes a las que los psicólogos clínicos se someten comprometen su calidad de trabajo y el servicio prestado a la persona atendida (Sanzovo C. Es. y Coehlo MEC., 2007; Rodríguez S. et al, 2014), así como también afectan



negativamente en términos de ausentismo, productividad y calidad de la salud física y mental (Furegato ARF., 2012; Rodríguez S. et al, 2014).

Considerando que los estresores ocupacionales no sólo afectan la calidad de vida y provocan consecuencias negativas en la salud física y mental de los profesionales, sino que también impactan negativamente en el trabajo y en los servicios psicológicos brindados, se asume de total relevancia la realización de la siguiente investigación.

El tipo de estrategias de afrontamiento utilizadas por una persona para enfrentar las situaciones estresantes en el ámbito laboral, posibilitará o no la presencia del síndrome del Burnout (Gil-Monte, 2003; Montoya Zuluaga P.A. y Moreno Moreno S., 2012). Por tal motivo, se considera imprescindible explorar y analizar las estrategias más utilizadas por los psicoterapeutas para enfrentar el estrés laboral.

La exploración y el análisis de las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los psicoterapeutas nos brinda información sobre los recursos y el modo de actuar de estos profesionales ante situaciones de estrés. En este sentido, resulta fundamental detectar cómo responden estos profesionales ante situaciones estresantes, e identificar la manera adaptativa o desadaptativa de su afrontamiento.

A partir del presente trabajo, se espera lograr diferentes aportes:

Aportes teóricos: El trabajo se propone contribuir datos teóricos ya que actualmente no existen investigaciones realizadas en Argentina acerca del síndrome de Burnout, consecuencias en la salud de los estresores ocupacionales, y técnicas de afrontamiento específicamente en psicoterapeutas. En este sentido, se considera que los datos aportados por esta investigación resultarán provechosos y podrán utilizarse como marco teórico a quienes se propongan investigar en el futuro sobre estas temáticas.

Aportes prácticos: La investigación se propone realizar aportes prácticos. Se espera que los aportes brindados por el presente trabajo permitan intervenciones concretas, es decir, llevar